JURNAL KEPERAWATAN (e-journal)
Vol. 18 No 2 DESEMBER 2024 | E-ISSN 2407 – 8999
https://nersbaya.poltekkes-surabaya.ac.id/index.php/nersbaya

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN MANAJEMEN PERAWATAN DIRI KLIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GADING TAMBAKSARI SURABAYA

The Relationship between Self-Efficacy and Self-Care Management of Hypertension Clients in the Work Area of Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya

Nadilla Azzaaulia, Padoli Padoli, Lembunai Tat Alberta
Prodi DIII Keperawatan Sutomo, Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Indonesia

Email : nadillaazzaaulia@gmail.com

ABSTRAK

Manajemen perawatan diri direkomendasikan pada klien hipertensi sebagai upaya efektif dalam mengontrol tekanan darah. Faktor dominan dalam perubahan perilaku seseorang dipengaruhi oleh efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dengan metode pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah klien hipertensi dengan besar sampel 67 orang yang dipilih dengan purposive sampling. Variabel Independent adalah efikasi diri dan variable dependent manajemen perawatan diri. Pengukuran efikasi diri menggunakan kuesioner self-efficacy to manage hypertension dan pengukuran manajemen perawatan diri menggunakan HSMBQ. Analisis data yang digunakan uji statistik dengan menggunakan uji Chi-square dengan timgkan signifikan 0.05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar klien hipertensi memiliki efikasi diri yang tinggi, dan sebagian memiliki manajemen diri baik. Hasil uji Chi-square menunjukkan nilai p value = 0.000 < α = 0.05 sehingga hasilnya ada hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya. Klien hipertensi diharapkan mempunyai kesadaran dalam melakukan perilaku yang dapat menurunkan angka kejadian komplikasi hipertensi.

Kata kunci: Efikasi Diri, Manajemen Perawatan Diri, Hipertensi

ABSTRACT

Self-care management is recommended for hypertensive clients as an effective effort to control blood pressure. The dominant factor in changing a person's behavior is influenced by self-efficacy. The purpose of this research to know self-efficacy relationship with self-care management hypertension clients in Wilayah Kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya. The type of research is quantitative research with descriptive correlation design with cross sectional approach method. The population in this study were hypertensive clients with a sample size of 67 people selected by purposive sampling. Independent variables are self-efficacy and dependent variables are self-care management. Self-efficacy measurement uses self-efficacy to manage hypertension questionnaire and self-care management measurement uses HSMBQ. Analysis of the data used chi square test with a significant level of 0.05. The result of this study show that the majority of respondents have a level of self-efficacy high as many as 43 people (64.2%) and has a self-care management as many as 37 people (55.2%). Chi square test result shows the value of p value = 0.000 < α = 0.05 so that the result there is a relationship between self-efficacy with self-care management in clients with hypertension in wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya. Hypertensive clients are expected to have awareness in carrying out behaviors that can reduce the incidence of hypertension complications.

Keywords: Self-Efficacy, Self-Care Management, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia dan terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Istilah "silent killer" (pembunuh diam-diam) mengacu pada fakta bahwa mereka yang memiliki tekanan darah tinggi tidak mempunyai keluhan. Banyak orang tidak menyadari bahwa dirinya mengidap hipertensi serta ketidakmampuan klien dalam *memanage* perawatan hipertensi. Rendahnya kesadaran diri menjadikan meningkatnya angka komplikasi hipertensi, sehingga kesadaran diri atau efikasi diri berperan penting dalam menjalankan manajemen perawatan diri hipertensi (Mulyana, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019 sekitar 1,13 miliar orang di dunia terkena hipertensi. Menurut Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas 2013 sebesar 25,8%. Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2021, persentase hipertensi di Jawa Timur mencapai 13,47%. Jumlah pasien hipertensi terbanyak di Jawa Timur berada di Kota Surabaya yaitu sebanyak 102.599 kasus. Berdasarkan data 2021 rekapitulasi penyakit tidak menular puskesmas sekota Surabaya dari laporan Dinas Kesehatan Kota Surabaya, persentase klien hipertensi di Puskesmas Gading Tambaksari menempati urutan pertama puskesmas yang memiliki angka hipertensi tertinggi di Kota Surabaya sebanyak 21.857 kasus.

Berdasarkan data dari wawancara petugas kesehatan di Puskesmas Gading menyampaikan bahwa tingginya angka hipertensi di Puskesmas Gading Tambaksari disebabkan karna gaya hidup yang kurang sehat, tidak melakukan diit rendah garam, pemantauan tekanan darah yang tidak rutin, kurang patuhnya penggunaan obat anti hipertensi. Hipertensi yang tinggi bila tidak segera ditangani mendapat akan menyebabkan terjadinya komplikasi.

Seseorang yang menderita hipertensi yang harus mampu mengelola penyakitnya sendiri dengan cara melakukan manajemen perawatan diri secara teratur untuk meminimalkan terjadinya komplikasi penyakit. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Setyorini et al., 2018) menyatakan bahwa manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi direkomendasikan sebagai salah satu upaya efektif untuk mengontrol tekanan darah pada klien hipertensi. Tercapainya manajemen perawatan diri seseorang, dibutuhkan suatu pandangan terhadap dirinya yang dapat mempengaruhi individu dalam hal melakukan manajemen diri dengan baik salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri sangatlah dibutuhkan oleh klien hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui keyakinan dalam menjalankan perawatan diri. Tingginya efikasi diri seseorang akan mempengaruhi tercapainya manajemen perawatan diri yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah rata-rata klien hipertensi di Puskesmas Gading pada bulan September-Desember 2023. Besar sampel adalah 67 orang klien hipertensi yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Variabel *independen* pada penelitian ini adalah efikasi diri dan variabel *dependen* pada penelitian ini adalah manajemen perawatan diri.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini berupa lembar kuesioner. Instrumen penelitian terdiri atas 3 bagian, yaitu 1) Data demografi terdiri atas identitas klien hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita hipertensi, mengonsumsi obat herbal, penyakit penyerta. 2) Kuesioner efikasi diri menggunakan kuesioner *self-efficacy to manage hypertension* yang telah dimodifikasi. Kuesioner efikasi diri terdiri atas 10 pernyataan yang mencakup 4

indikator. Setiap item tersedia pilihan jawaban yang terdiri dari: mampu, kadang mampu dan tidak mampu. Jawaban mampu diberi skor 3, kadang mampu diberi skor 2, dan tidak mampu diberi skor 1. Selanjutnya nilai total skor efikasi diri dikelompokkan menjadi 2 kriteria yaitu tinggi jika total skor≥ 70% dan rendah jika total skor < 70%. 3) Kuesioner manajemen perawatan diri menggunakan kuesioner *hypertension self management behaviour quitionnare* (HSMBQ) yang diadopsi dari penelitian Prasetyo tahun 2012. Kuesioner manajemen perawatan diri terdiri 25 pernyataan yang mencakup 5 indikator. Setiap item tersedia pilihan jawaban yang terdiri dari: selalu, jarang, tidak pernah. Jawaban selalu diberi skor 3, jarang diberi skor 2, dan tidak pernah diberi skor 1. Selanjutnya nilai total skor manajemen perawatan diri dikelompokkan menjadi 2 kriteria yaitu baik jika total skor≥ 70% dan kurang jika total skor < 70%.

Analisa data penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui atau mendeskripsikan gambaran data yang telah dikumpulkan (Notoatmojo, 2018). Analisis bivariat menggunakan uji *chi square* untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada klien hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Klien Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian tentang karakteristik klien hipertensi bahwa sebagian besar berusia 45-60 tahun (68,7%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan (64,2%), sebagian besar berpendidikan SMA (55,2%), hampir setengahnya IRT (40,3%), sebagian besar menderita hipertensi > 2 tahun (56,7%), sebagian besar mengonsumsi obat hipertensi (65,7%), sebagian besar klien hipertensi tidak mengonsumsi obat herbal (74,6%), dan sebagian besar (64,2%) memiliki penyakit penyerta (tabel 1).

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya pada Bulan Mei 2024

Usia	Frekuensi	Persentase
30-45 tahun	21	31,3
46-60 tahun	46	68,7
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	24	35,8
Perempuan	43	64,2
Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	8	11,9
SMP	18	26,9
SMA	37	55,2
Sarjana	4	6,0
Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Wiraswasta	21	31,3
PNS	6	9,0
Swasta	13	19,4
IRT	27	40,3
Lama Hipertensi	Frekuensi	Persentase
< 2 tahun	29	43,3
> 2 tahun	38	56,7
Konsumsi Obat HT	Frekuensi	Persentase
Ya	44	65,7
Tidak	23	34,3
Konsumsi obat Herbal	Frekuensi	Persentase
Ya	17	25,4
Tidak	50	74,6
Jumlah	67	10,0

2. Efikasi Diri

Hasil penelitian tentang efikasi diri klien menunjukkan sebagian besar (64,2%) klien hipertensi memiliki efikasi diri tinggi, dan hampir setenganya (35,8%) memiliki efikasi diri rendah (tabel 2).

Tabel 2 Distribusi frekuensi efikasi diri klien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya pada Bulan Mei 2024

Efikasi Diri	F	%

Tinggi	43	64,2
Rendah	24	35,8
Jumlah	67	100

Berdasarkan hasil penelitian efikasi diri pada klien hipertensi sebagian besar tinggi. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Annalia et al., 2019) yang menunjukkan hasil bahwa hampir setengahnya klien hipertensi memiliki efikasi diri tinggi.

Menurut pendapat Bandura dalam (Sitanggang et al., 2022) menyatakan bahwa tinggi rendahnya efikasi diri seseorang dalam tiap tugas sangat bervariasi. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri individu salah satunya adalah usia, dimana dalam penelitian ini hampir setengahnya responden berusia 46-60 tahun. Efikasi diri pada individu yang lebih tua terkait penerimaan dan penolakan terhadap kemampuan yang dimiliki, yang mana dipengaruhi oleh terjadinya kemunduran fisik yang dialami (Puspita, 2019). Menurut opini peneliti respon penerimaan dan penolakan terhadap perubahan kemampuan yang dialami pada klien hipertensi yang berusia 46-60 tahun di wilayah kerja Puskesmas Gading cukup baik. Hal ini didukung pada pertanyaan tentang mengatasi stress sebagian besar menjawab mampu melakukannya. Individu yang lebih tua telah melewati waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam menangani dalam suatu hal termasuk kesehatannya sehingga akan lebih mampu menyelesaikan masalahnya. Faktor lain yang mempengaruhi efikasi diri adalah jenis kelamin, dari hasil penelitian hampir setengahnya berjenis kelamin perempuan Jika dilihat dari segi pendidikan hampir setengahnya memiliki pendidikan SMA. Hal ini sejalan dengan penelitian Wu (2007) dalam Asrianti (2022) yang menyatakan bahwa klien dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat memiliki efikasi diri yang baik. Menurut Angkawijaya dkk (2016) dalam penelitian Dhirisma (2022) mengatakan bahwa pengetahuan baik tidak hanya diperoleh dari pendidikan tetapi dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui inisiatif sendiri atau dorongan dari orang lain. . Efikasi diri terbentuk sebagai suatu proses adaptasi dan pembelajaran yang ada dalam situasi kerjanya tersebut. Semakin lama seseorang bekerja maka semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki individu tersebut dalam pekerjaan tertentu akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa efikasi diri yang dimiliki individu tersebut justru cenderung menurun atau tetap (Maulidina et al., (2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Fauziah et al. (2021) yang mengatakan bahwa pendidikan dan pekerjaan yang tinggi berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam mengevaluasi dan menilai tindakan yang dilakukan.

Menurut Pender, (1996) dalam Retnoningtyastuti, D. dkk (2022), efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya dalam mengatur dan melakukan perilaku yang mendukung kesehatannya berdasarkan pada tujuan dan harapan yang diinginkannya. Efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang berfikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak.

Berdasarkan hasil penelitian ini sebagian besar memiliki efikasi diri yang tinggi. Tingginya efikasi diri yang dimiliki individu ini karena pola pemikiran yang positif. Hasil dari penyebaran kuesioner sebagai data pendukung dalam penelitian ini memberikan hasil bahwa sebagian besar klien hipertensi memiliki asumsi bahwa dengan mereka memiliki pola pemikiran yang positif dan percaya diri yang tinggi terhadap kemampuan dalam memecahkan suatu permasalahan, adanya motivasi dan dukungan dari keluarga serta lingkungan dapat membantu meningkatkan keyakinan diri untuk melakukan perilaku yang baik. Peneliti juga berasumsi klien yang memiliki efikasi diri rendah disebabkan karena tidak mempunyai keyakinan optimis dan percaya diri atas kemampuannya dalam

melakukan suatu tindakan. Menurut hasil kuesioner yang telah diisi menunjukkan bahwa klien hipertensi tidak konsisten terhadap pilihan hidupnya, kebanyakan dari mereka sudah tau bahwa makan, minum dan aktivitas apa saja yang boleh dilakukan bagi klien hipertensi namun tetap dilanggar dengan tidak melakukannya dengan baik. Berdasarkan penelitian oleh (Putri & Norontoko & Kionarni, 2022) bahwa kesadaran masyarakat akan pentingnya berolahraga secara teratur masih dianggap kurang, hal ini disebabkan karena kemalasan dan kesibukan akan padatnya aktivitas yang dilakukan masyarakat membuat olahraga lebih sering terabaikan dan bahkan terlupakan. Peneliti berasumsi bahwa minat dan keinginan klien adalah hal yang penting, klien perlu menyadari bahwa dirinya yang mampu mengontrol kehidupannya dan bertanggung jawab atas keberhasilan dari perilakunya. Menurut peneliti individu yang memiliki efikasi diri tinggi dapat menguasai situasi dan menghasilkan suatu keberhasilan.

Efikasi diri pada klien hipertensi dapat ditingkatkan melalui motivasi, dukungan dan edukasi tentang manajemen perawatan diri. Edukasi manajemen perawatan diri sangat penting diberikan pada klien hipertensi karena dengan klien mempunyai keyakinan yang optimis untuk melakukan perawatan diri maka suatu keberhasilan dapat dicapai dan klien dapat meminimalisir komplikasi. Pernyataan ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Falah, et al., 2022) yang menemukan adanya peningkatan efikasi diri setelah klien diberikan edukasi terkait manajemen perawatan diri. Penelitian dari (Farazian et al., 2019) juga menemukan adanya pengaruh edukasi manajemen perawatan diri terhadap peningkatan efikasi diri pada klien hipertensi. Bila efikasi diri ini dikembangkan untuk klien hipertensi, maka akan tumbuh keyakinan pasien untuk mampu mematuhi program penatalaksanaan hipertensi sehingga klien hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya.

3. Manajemen Perawatan Diri

Hasil penelitian tentang manajemen perawatan diri menunjukkan sebagian besar (55,2%) klien memiliki manajemen perawatan diri. dan hampir setengahnya (44,8%) memiliki manajemen perawatan diri kurang (tabel 3).

Tabel 3. Distribusi frekuensi manajemen perawatan diri klien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya pada Bulan Mei 2024

Manajemen perawatan diri	F	%
Baik	37	55,2
Kurang	30	44,8
Jumlah	67	100

Berdasarkan hasil penelitian manajemen perawatan diri klien hipertensi sebagian besar baik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rusminingsih, 2021) didapatkan sebagian besar manajemen perawatan diri baik dan hampir setengahnya manajemen perawatan diri buruk.

Manajemen perawatan diri merupakan bentuk perilaku klien hipertensi dalam melakukan penatalaksanaan hipertensi. Menurut Notoatmodjo dalam (Novitarum, 2022) menyatakan bahwa setiap individu memiliki cara yang bervariasi dan berbeda dalam tindakan perawatan atau pencegahan penyakit meskipun gangguan kesehatannya sama, tetapi yang membedakannya tergantung dari nilai individu terhadap penyakit tersebut. Menurut pendapat dari Lee et al dalam Darmawati (2019) dimana secara umum perawatan diri merupakan proses menjaga kesehatan melalui keyakinan diri yang positif dan pengelolaan penyakit. Individu yang mempunyai penyakit kronis dapat melakukan manajemen diri melalui perawatan diri dalam mempertahankan kesehatannya

serta meminimalkan terjadinya komplikasi yang berat dan dapat memperburuk kondisi klien (Dulgani, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Simanullang, 2019) perawatan diri merupakan proses dimana individu terlibat dalam mengelola kesehatan dengan mengadopsi keterampilan dan perilaku untuk mencegah penyakit, merawat dan pemulihan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar memiliki manajemen perawatan diri yang baik. Peneliti berasumsi klien hipertensi yang memiliki manajemen perawatan diri yang baik dapat meningkatkan rasa percaya diri untuk sembuh yang tinggi. tingginya manajemen perawatan diri pada klien hipertensi menunjukkan bahwa klien dapat melakukan perawatan dan perubahan pola gaya hidup dengan baik. Peneliti juga berasumsi bahwa manajemen perawatan diri melibatkan kemampuan tiap individu dalam mengelola dirinya sendiri untuk mempertahankan kesehatan secara optimal. Hal ini didukung oleh pendapat Notoatmodjo dalam penelitian (Ihwana, 2022) yang menyatakan bahwa tinggi rendahnya manajemen perawatan diri seseorang ini dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dalam perawatan diri terdiri dari nilai terkait penyakit, efikasi diri dan pengetahuan, sedangkan faktor eksternal yaitu dukungan sosial, faktor lingkungan dan faktor budaya.

Dalam penelitian (Anjarsari. R., Padoli, Kionarni, 2023) menyatakan bahwa seseorang yang tidak patuh dalam menjalankan manajemen perawatan diri mempunyai risiko lebih tinggi untuk terjadi komplikasi. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dukungan keluarga kepada klien agar lebih patuh dalam menjalankan manajemen perawatan diri. Dukungan keluarga terhadap klien hipertensi dapat menyebabkan ketenangan batin, perasaan senang dan mengurangi beban yang dirasakan karena saat menghadapi tekanan dan kesulitan hidup seseorang memerlukan orang lain untuk berbagi, mendengarkan atau mencari informasi yang relevan (Torar, et.al, 2020). Dukungan keluarga berdampak terhadap kepatuhan klien menjalankan diit hipertensi, karena keluarga mempunyai hubungan yang sangat erat dengan kehidupan tiap anggotanya (Fitriana. S., Joeliantina. A., Padoli, 2021). Keluarga harus bisa mendampingi dan memberi dorongan atau arahan kepada klien agar dapat mematuhi serta menjalankan manajemen perawatan diri dengan baik.

4. Efikasi Diri dan Manajemen Perawatan Diri

Berdasarkan tabulasi silang antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri menunjukkan sebagian besar (72,1%) memiliki efikasi diri tinggi dan memiliki manajemen perawatan diri baik, hampir setengahnya (27,9%) memiliki efikasi diri tinggi dan manajemen perawatan diri kurang, sebagian kecil (25,0%) memiliki efikasi diri rendah dan manajemen perawatan diri yang tinggi, dan sebagian besar (75,0%) memiliki efikasi diri rendah dan memiliki manajemen perawatan diri kurang (tabel 4)

Tabel 4. Tabulasi silang efikasi diri dengan manajemen perawatan diri klien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gading Tambaksari Surabaya pada Bulan Mei 2024

Efikasi diri	Managemen Perawatan Diri				Jumlah		P Value
	Baik		Kurang				
	F	%	F	%	F	%	
Tinggi	31	72,1	12	27,9	43	100	0,00
Rendah	6	25,0	18	75,0	24	100	

Jumlah	37	55,2	30	44,8	67	100

Hasil penelitian menunjukkan hasil analisis bivariat uji statistic diperoleh nilai dari uji Chi-square dimana nilai p = 0,000. Karena hasil uji yang didapatkan p-value < 0,05 maka H0 ditolak dan Ha diterima yang menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri memiliki hubungan yang kuat dan bernilai positif artinya terjadi hubungan searah, semakin tinggi efikasi yang dimiliki klien hipertensi maka semakin baik juga manajemen perawatan diri, dan sebaliknya jika semakin baik manajemen perawatan diri maka tinggi pula tingkat efikasi diri yang dimiliki klien hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusminingsih et al., (2021) menunjukkan sebagian besar memiliki efikasi diri tinggi dan hampir setengahnya memiliki perawatan diri.

Efikasi diri mengacu pada kepercayaan individu dalam melakukan suatu perilaku tertentu untuk mencapai hasil tujuan. Efikasi diri yang dimiliki itu mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan terhadap tantangan yang dihadapi (Prihatin, 2019). Menurut Bender & Ingram (2018) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi pada keyakinan mereka sendiri akan mengalami peningkatan signifikan dalam melakukan perawatan diri. Pada penelitian ini ditemukan keyakinan diri pada klien hipertensi dalam kategori tinggi. Keyakinan diri yang baik menyebabkan manajemen perawatan diri pada klien hipertensi juga baik. Manajemen perawatan diri dapat menjadi baik apabila penderita memiliki efikasi diri yang tinggi. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi mampu melaksanakan tugas dengan baik dalam praktik perawatan dirinya (Bender & Ingram, 2018).

Menurut Sari (2019) efikasi diri merupakan konsep dasar manajemen perawatan diri yang kedepannya akan berpengaruh terhadap keyakinan klien hipertensi untuk melaksanakan perubahan atau penyesuaian perilaku untuk mencapai tujuan pengendalian tekanan darah. Menurut asumsi peneliti keyakinan atau efikasi diri dapat merubah perilaku klien hipertensi, untuk mencapai manajemen perawatan diri tergantung pada proses kognitif akan mempunyai efikasi diri yang rendah sehingga manajemen perawatan diri juga rendah begitupun sebaliknya. Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi pada keyakinan maka akan mengalami peningkatan signifikan dalam melakukan perawatan diri seperti melakukan pengobatan diit rendah garam, meminum obat yang diresepkan, melakukan kontrol tekanan darah secara berkala, melakukan aktivitas fisik, memodifikasi diet, tidak merokok, dan memonitoring berat badan. Pada penelitian ini didapatkan efikasi diri pada klien hipertensi dalam kategori tinggi. Keyakinan diri yang baik ini dapat menyebabkan manjemen perawatan diri yang baik pula. Peneliti juga beramsumsi bahwa efikasi diri mendorong seseorang untuk memahami lebih baik pada proses perubahan perilaku kesehatan sehingga penting untuk melakukan perawatan diri bagi klien hipertensi.

Efikasi diri yang tinggi dan manajemen perawatan diri yang baik dapat menghasilkan efektivitas diri. Efektivitas diri diperlukan agar klien hipertensi termotivasi untuk mencapai target kesehatan yang lebih baik melalui keyakinan pada implementasi manajemen perawatan diri. Hasil penelitian Lee menunjukkan bahwa efikasi diri perawatan diri adalah faktor dominan dalam mengelola hipertensi. Semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin baik manajemen perawatannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa sebagian besar klien hipertensi memiliki efikasi diri tinggi. Sebagian besar klien hipertensi memiliki manajemen perawatan diri baik. Ada hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri klien hipertensi dimana semakin tinggi efikasi diri maka semakin baik manajemen perawatan diri. Sebaliknya semakin baik manajemen perawatan diri maka semakin tinggi pula efikasi diri.

SARAN

Klien hipertensi dan keluarga diharapkan mempunyai motivasi untuk merubah perilaku mereka menjadi perilaku yang lebih sehat, mampu mempertahankan upaya-upaya untuk melaksanakan dan meningkatkan perilaku manajemen perawatan diri secara baik. Bagi puskesmas diharapkan mampu melakukan promosi kesehatan melalui penyuluhan tentang upaya peningkatan efikasi diri terhadap klien agar termotivasi untuk melaksanakan manajemen perawatan diri yang baik dan upaya mengatur strategi penanganan hipertensi dengan mengaktifkan kader PTM untuk melakukan screening sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

Andini. (2022). Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi di RSI Sultan Agung Semarang. Fakultas Sultan Agung Semarang. Tersedia dihttps://repository.unissula.ac.id/26460/1/Ilmu%20Keperawatan_30901800026_fullpdf.pdf

Anjarsari. R., Padoli., Kionarni. (2023). Kepatuhan Minum Obat Dan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kenjeran Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 17 No 2 Agustus 2023 E-ISSN 2407 – 8999. https://nersbaya.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/nersbaya

Annalia et al., (2019). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penatalaksanaan Pencegahan Kekambuhan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Ii, Kalimantan Selatan. *Jurnal keperawatan Suaka Insan*, vol. 4,

Asrianti. (2022). Gambaran Efikasi Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padangsidimpuan. Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan.https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/5400/1/SKRIPSI%20ASRIANTI.pdf

Darmawati, I., & Dulgani, D. (2019). Perawatan Diri Pasien Hipertensi Di Kelurahan Cirejag Karawang. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 5(1), 1-9.

Dhirisma. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desasrigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. Akfarindo, 7(1): 40-44. file:///C:/Users/User/Downloads/116-Article%20Text-398-1-10-20220402.pdf

E. Oktarina, H. Haqiqi, & E. Afrianti. (2019). Studi Fenomenologi Tentang Pengalaman Pasien Hipertensi Terhadap Perawatan Diri di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019. *NERS J. Keperawatan*, Vol. 14, no. 1, p. 1, doi: 10.25077/njk.14.1.1-10.2018.

Falah. (2022). Edukasi Self Care Management dalam Meningkatkan Efikasi Diri dan Motivasi Mencegah Komplikasi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila. Tersedia di https://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/index.php/JOND/article/view/534. [Diakses pada 9 Juni 2024].

Farazian, Fatemeh, Zahra Emami Moghadam, Fatemeh Heshmati Nabavi, and Hamidreza Behnam Vashani. 2019. "Effect of Self-Care Education Designed Based on Bandura's Self-Efficacy Model on Patients with Hypertension: A

Randomized Clinical Trial." *Evidence Based Care Journal* 9 (2): 44–52. https://doi.org/10.22038/ebcj.2019.36466.1944.

Fauziah, Y & Syahputra, R. (2021). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara. Journal of Midwifery Senior ,Vol. 4 No. 2.

Fitriana. S., Joeliantina. A., Padoli. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diit Pada Klien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pacitan. *Jurnal Keperawatan*, vol 15(3), 2021. Vol. 15 No 3 Desember 2021 E-ISSN 2407 – 8999. https://nersbaya.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/nersbaya

Maulidina, N., Maharani, Suraya. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *Arkesmas*, 4(1). file:///C:/Users/User/Downloads/aadriani,Journal manager,5. ARKESMASV4 No.1.pdf

Mulyana. (2019). Gambaran Self Efficacy Penderita Hipertensi di Salah Satu Puskesmas di kota Bandung. *Jurnal.unsil*.ac.id, 15(1).

Novitarum. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tindakan Perawatan Diri Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 7 No. 2. http://ejournal.stikeselisabethmedan.ac.id:85/index.php/EHJ/article/view/465/334

Okatiranti dkk. (2019). Hubungan Self Efficacy Dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2), 130-139. http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk 130

Prihatin, K, Suprayitna, M & Fatmawati, B.R. (2019). Motivasi Terhadap Efikasi Diri Dalam Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*,Vol.7, No.1

Puspita T, Ernawati, R. D. (2019). *The Correlation Between Self-Efficacy and Diet Compliance*. Jurnal Kesehatan Indra Husada, 7(10).

Putri, N., Norontoko, D., Kionarni, O. 2022. Hubungan Frekuensi Senam Aerobik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Ngoro Jombang. *Jurnal Keperawatan,* Vol 16(3), Desember 2022 E-ISSN 2407 – 8999. https://nersbaya.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/nersbaya

Retnoningtyastuti, D. dkk (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pakis Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. *Media Husada Journal of Nursing Science*. Vol 3(3), hal 254-262.

Rusminingsih, E., Mubarokah, S. M., & Purnomo, R. T. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karanglo, Klaten Selatan. 4.

Sari, P. N. (2019). Hubungan Efikasi Diri Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah Kabupaten Jember. Repository Universitas Jember, 68-74.

Simanullang, S.M.P. (2019). Self Management Pasien Hipertensi Di RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2019. Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan. Naskar Publikasi

Sinaga, C. Y., Sudirman, S., & Prihandana, S. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Sayung 1 Demak. Juru Rawat. *Jurnal Update Keperawatan*, 2(1).

Sitanggang et al., 2022. Hubungan Efikasi Diri Dengan Tindakan

Perawatan Diri Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(1).

Susanti, S., Bujawati, E., Sadarang, R. A. I., & Ihwana, D. (2022). Hubungan self efficacy dengan manajemen diri penderita hipertensi di puskesmas Kassi-Kassi kota.

Torar, A. N., Tambuwun, S., Memah, H., & Pasambo, Y. (2020).

Y. Fauziah and R. Syahputra. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2021," J. Midwifery Sr., vol. 4.